

「六歲齒」 - 易受忽視的恆牙第一大白齒

恆牙第一大白齒是我們口腔內長出的第一顆恆牙，通常在六歲左右開始萌發，所以又稱「六歲齒」。由於它的萌發（長牙）並未取代任何乳牙，不似一般所謂的換牙。因此，家長常把它們誤認為是乳牙還會換牙而忽視它，甚至等到嚴重齲蛀無法保留，必須拔除時，才知道是恆牙，又是負有重責的大牙時，才後悔不已。

恆牙第一大白齒的牙胚，從出生前胎兒六個月大時，就開始發育。約莫三歲時，牙冠鈣化完成，而六歲左右，開始萌牙。順序通常是下顎左右側先長，再上顎。其萌牙的部位是在第二乳白齒的後面，因此沒有替換任何乳牙。它們的形狀和最後一顆乳白齒相似，但較大且顏色較黃一些。約在同時期，下顎正中門齒也常因要換牙而有動搖或脫落的現象，家長多注意到前面牙齒的變化，但不容易發現恆牙的第一大白齒也要萌發了。

從6歲左右開始換牙一直到12歲左右，所有的乳牙全部替換為恆牙的期間，稱為混合齒列期，是乳牙與恆牙同時存在口腔內的一段時間。這個過渡時期，對於孩子們齒列咬合甚至顎骨的正常發育均有決定性的影響。恆牙第一大白齒的重要性，不止在於它將承擔大部分咀嚼的任務，這四位分布在口腔上、下、左、右據點的大將，也決定將來上、下顎骨咬合關係的建立。由於它們萌發的時間與位置，其存留會直接、間接影響其他恆牙的排列位置與健康。對於這麼重要卻又常被忽略的第一大白齒，如果不好好保養，如何期待它們為我們服務一輩子呢？

那麼如何保護這些恆齒第一大白齒的健康而預防齲齒呢？首先，良好的口腔衛生習慣是最重要的。有些孩童不愛刷牙甚至都不刷牙；而一般的孩童多不能有效的把牙刷乾淨。此時，由兒童牙科醫師對孩童及家長施予口腔衛生指導，並請家長的多加鼓勵，督促孩童學會正確的刷牙方法，是相當重要的。然而，一般大白齒(其他牙齒也會有)咬合面常有深的溝隙及凹陷，這是牙齒發育上的一種「缺陷」(屬正常的變異)，是最易塞食物殘屑而不易刷乾淨的地方，這些溝隙就成了細菌的溫床，進而變成齲齒的發源地，也是臨床上最常見的恆牙咬合面齲齒。基於預防的觀點，在兒童牙科臨床上一種聚合硬化樹脂的封填材料 - 溝隙封填劑。這種材料在聚合硬化前是流動性很好的液體，可以滲入經過打磨、酸蝕後的溝隙和凹陷，經過光聚合硬化後，就可以附著在牙面上把溝隙封住，減少食物殘屑的堆積。

根據臨床研究顯示，這種溝隙封填劑對咬合面齲齒的預防有很好的成效，尤其是對剛萌牙之白齒。由於溝隙封填劑位於咬合面，難免會脫落或磨耗掉，因此定期每半年一次回診檢查其完整性或把掉了的封填劑重新填補，更能確保其預防齲齒的功效。

如果這些恆牙大白齒已經開始蛀蝕，且有窩洞產生時，就必須用傳統的牙體復形治療（一般所謂的補牙）。所幸現在的治療以保守為原則，在？洞不大時可搭配溝隙封填劑，使齒質的破壞減到最少，若當蛀洞太大、太深，並視情況以牙冠(牙套)或電腦瓷牙修復的方式，把牙齒保護起來。若波及牙髓時，還須另外接受齒內治療（俗稱抽神經）。如果牙齒無法保留必須拔掉，其留下的空間若未及時處理妥當，將會造成其前、後鄰牙的傾倒，及相對顎的牙齒過度萌發，容易造成牙周病或假牙製作的困難，

也導致不必要的矯正等一連串不良後遺症，其影響一生均存在。

「預防勝於治療」，對牙齒的疾患而言尤其重要。失去或破壞的齒質不可能再長。因此，早期的預防，才是保養牙齒最重要的工作。恆牙第一大臼齒因其萌發的時間和位置，最易被家長們誤認為乳牙而忽視，終至嚴重齲齒甚至拔除（有些牙齒原可治療保存，卻誤以為會換牙而漠視它）。定期口腔檢查，保持良好口腔衛生習慣和飲食習慣（少吃零食、甜食），定期塗氟，善用早期溝隙封填劑，才能讓您孩子的牙齒有個健康的基礎，一生受用不盡。